



Information an alle Sportler*innen zum Wiederstieg in den Trainingsbetrieb beim MTV Amelinghausen

- Ab sofort ist Training outdoor auf dem Vereinsgelände des MTV Amelinghausen unter Einschränkungen möglich. Personen, die regelmäßig in Kontakt mit Risikogruppen stehen, sollten weiterhin autonomes Sporttreiben bevorzugen.
- Im Handball ist das Training in Kleingruppen (gem. Vorgaben) erlaubt. Die Kleingruppen sollten sich immer aus denselben Sportler*innen zusammensetzen und dokumentiert werden. Eine Durchmischung von Kleingruppen ist zu vermeiden.
- **Zur Koordination des Trainingsbetriebs ist eine vorherige Anmeldung zu jeder Trainingseinheit erforderlich.**
- Zu jedem Training soll eine Mund-Nasen-Schutzmaske mitgebracht werden und während des Trainings bereit liegen.
- Treffpunkt zu jedem Training ist der Parkplatz vor der Halle. Von dort werden die Trainingsgruppen zum Training abgeholt.
- Beim Individualtraining und beim Kleingruppentraining ist stets ein Mindestabstand von 2 Metern zu Trainingspartner, Trainer oder anderen Personen einzuhalten. Bei Laufeinheiten sollten größere Distanzen beachtet werden (Mindestabstand 10 Meter). Es werden keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt!
- Durch den MTV organisierte Trainingseinheiten außerhalb des Vereinsgeländes (z.B. „Lopausee-Runde“) dürfen nur in Zweiergruppen durchgeführt werden. Nachfolgende Gruppen haben einen Mindestabstand von 10 Metern zu wahren.
- Vor und nach jedem Training hat eine Handdesinfektion zu erfolgen. Desinfektionsmittel werden vom MTV zur Verfügung gestellt.
- **Das Tragen von Schweißbändern zur Absorption von Schweiß von den Handflächen/ der Stirn wird empfohlen.**
- Vom MTV gestellte verwendete Trainingsmaterialien - wie zum Beispiel Handbälle – sind regelmäßig zu desinfizieren.
- Duschen und Umziehen erfolgt ausschließlich zu Hause. Die Nutzung der Umkleidekabinen einschließlich Duschräumen ist nicht möglich. Die Zuschauer-Toiletten sind in dringenden Fällen zu erreichen.
- Beim Hallentraining sind ausschließlich die gekennzeichneten Ein- und Ausgänge zu benutzen. Ein Verweilen in den Fluren ist verboten! Der Geräteraum darf zunächst nur durch den Trainer betreten werden.
- Fahrgemeinschaften von und zum Training sind zu vermeiden und im Ausnahmefall nur unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zu empfehlen.
- Werden alle Regelungen (vor allem die Abstandsregelung) eingehalten, dann ist das Risiko einer Infektion (z.B. durch Ballberührung) laut Einschätzung von Experten, gering. Pass- und auch Wurfübungen können demnach durchgeführt werden (Information des Deutschen Olympischen Sportbundes).
- **Für jede Trainingseinheit erfolgt die Zulassung zum Kleingruppentraining nur, wenn eine tagesaktuelle Selbstauskunft (gemäß Anlage) vorliegt.**